



SONFJÄLLETS NATIONALPARK *BJÖRNENS HEMVIST*





Foto: Anders Good, IBL

I HÄRJEDALENS HJÄRTA

På miltals avstånd syns Sonfjället ligga för sig själv i ett hav av skog. Den branta nordsidan och de djupa ravinerna i fjällsluttningen ger ett vilt och dramatiskt intryck. På närmare håll syns det att Sonfjället är ett kargt bergsmassiv med flera toppar och den omgivande skogen är högre och gammal.

När Sonfjället blev nationalpark 1909 var det som en av Europas nio första nationalparker. Man ville bevara ett opåverkat skogs- och fjällområde i de södra fjällen. Då fanns endast några få björnar kvar i Sverige, bland annat en i området vid Sonfjället. Numera har björnar ett starkt fäste i nationalparken och det finns en tät och livskraftig björnstam. Björnar är skygga, men med lite tur kan man få se spillning, spår eller rivmärken på träd efter dem.



Fjäll och
hed 33%

Barrskog
56%

Fjällbjörk-
skog 8%

Myr 3%

NATIONALPARKEN I KORTHET

- AREAL: 104 km² (efter utvidgning 1989)
- INVIGNINGSÅR: 1909 (då 27 km²)
- NÄRMASTE ORT: Hede
- LÄN: Jämtlands län
- LANDSKAP: Härjedalen
- NATURTYPER: Kalfjäll, urskogsliknande barrskog

ISTIDENS SPÅR

En vandring i Sonfjället kan visa oss hur inlandsisen formade landskapet. För tio tusen år sedan började den senaste istidens stora istäcke att smälta. När de stora mängderna smältvatten forsade fram som enorma isälvar mellan de framtinade fjälltopparna skar vattnet ned i berget på svaga ställen och skapade branta raviner. Sådana raviner kallas sadelskåror och finns bland annat mellan Gråsidan och Valmfjället, där vandringsleden går precis bredvid.

I det veck som naturligt bildades mellan fjällsidorna och inlandsisen under avsmältningen forsade smältvatten fram och skapade fåror som kallas skvalrännor. Allt eftersom isen smälte bildades nya skvalrännor längre ner på sluttningen. Smältvatten letade sig även ner i tunnlar under isen och skar då ut djupa raviner lodrätt nedför det underliggande berget. Både skval- och slukrännor finns att se på Gråsidans och Högfjällets västra sluttningar.

SÅ HITTAR DU TILL SONFJÄLLETS NATIONALPARK



NYVALLEN

Sommartid kan du lätt ta dig in i parken med bil från Hedeviken. Där vägen slutar ligger Nyvallens fäbod och Naturinformation Sonfjället. Här finns en informationsstuga och flera markerade sommarleder utgår härifrån. Informationsstugan är öppen från midsommar till slutet av september.



NYSÄTERN

Väster om nationalparken ligger Nysäter. Följ vägen från Hede mot Råndalen så finns det vägskyltning. Strax innan den gamla fäbodvallen finns parkering, rastplats och informationstavla. Här börjar både sommar- och vinterleder, bland annat mot Sododalen och parkens enda raststuga.



DALSVÄLLEN

Söder om Sonfjället ligger Dalsvallen. Bilvägen mellan Linsell och Råndalen leder dig hit. Här kan du starta din vandring in i nationalparken året om. Både sommar- och vinterleder utgår härifrån. Här finns stugor att hyra och möjlighet till guidade turer.



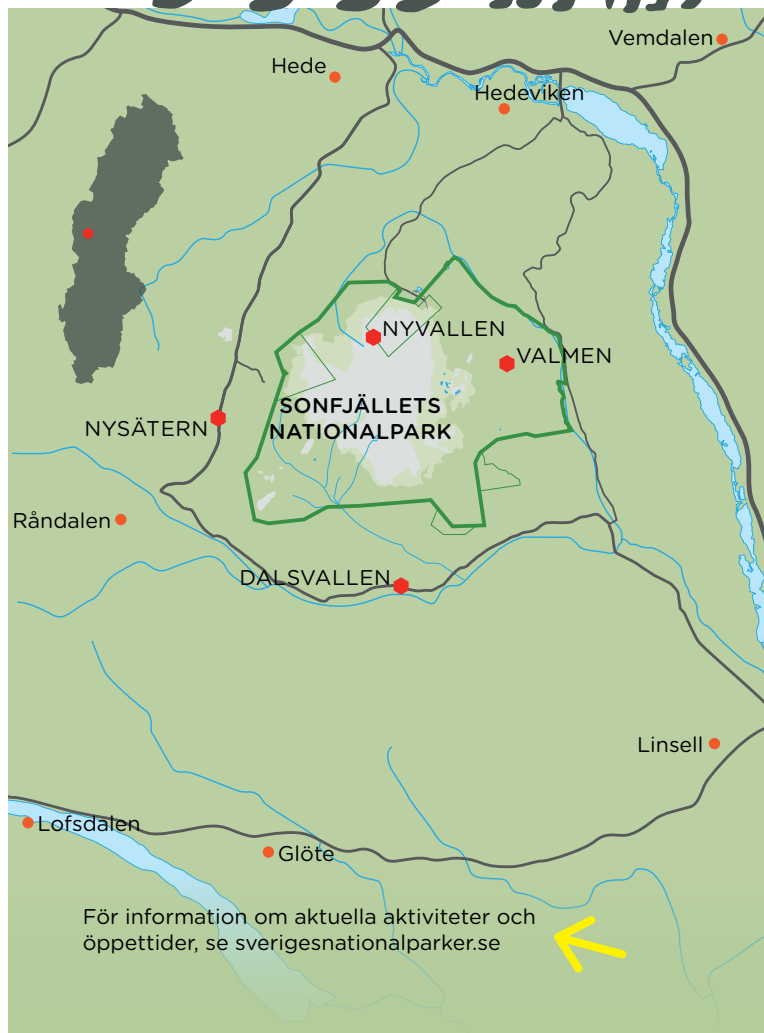
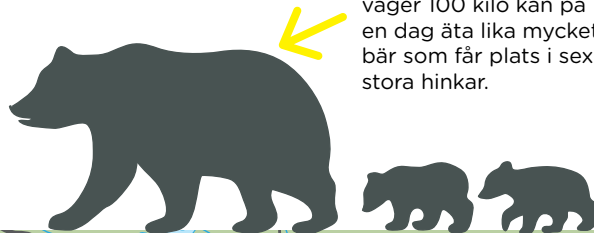
VALMEN

Till Valmen kommer du från Hedeviken via Sörviken. Härifrån kan man vandra på sommarled upp på fjället, eller bara stanna och njuta av utsikten vid rastskyddet. Här finns en tillgänglighetsanpassad rastplats med gaskjul, grillplats och torrdass.

BRUNBJÖRN *Ursus arctos*

En fullvuxen björn kan väga 60-300 kilo, ha en mankhöjd om imponerande 1,5 meter och bli upp till 30 år gammal. Björnar ligger i ide från oktober till april. Björnunger följer sin mor i ett eller två år innan de ger sig av på egen hand.

En mindre björn, som väger 100 kilo kan på en dag äta lika mycket bär som får plats i sex stora hinkar.



För information om aktuella aktiviteter och öppettider, se sverigesnationalparker.se



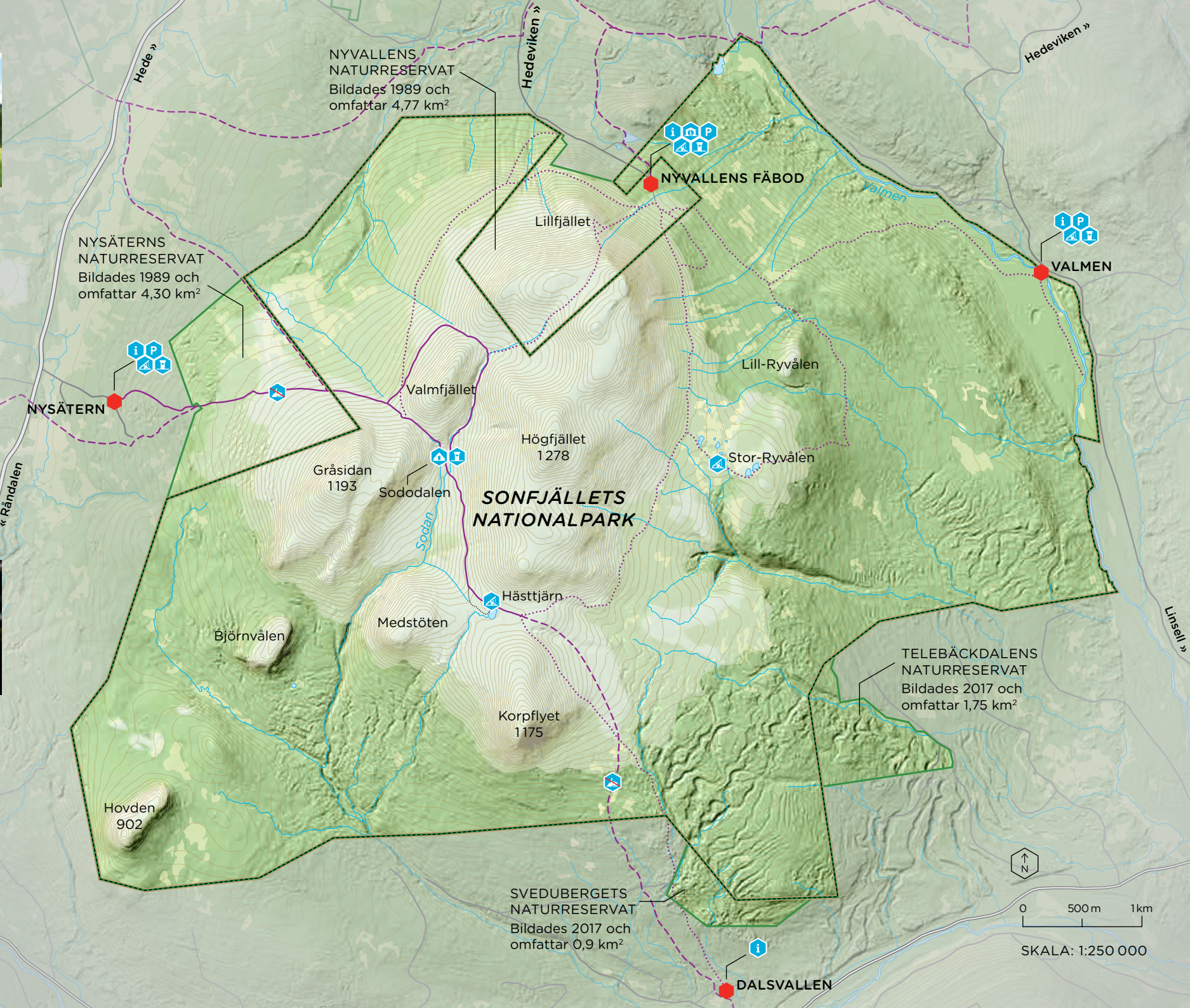
HÖGT ÖVER HAVET

På Korpflyet finns en av landets högsta kända trädgränsvåder – drygt 1 100 meter över havet. Detta beror på det lokala klimatet med höga sommartemperaturer. Mitt i fjällmassivet ligger Sododalen. I den skyddade dalgången är både växt- och djurlivet rikare än på kalfjället.



TUFF TILLVARO PÅ KALFJÄLLET

Vemdalskvartsiten ger näringsfattiga och grovkorniga jordar som släpper igenom nästan allt vatten. Få växter klarar torr, näringsfattig jord och det tuffa klimatet på kalfjället. Olika lavar – renlavar och kartlav – överlever tillsammans med köld- och torktåliga småväxta arter som krypljung och fjällgröna.



TECKENFÖRKLARING

- KALFJÄLL
- FJÄLLBJÖRKSOG
- BARRSKOG
- MYR

SKOTERFÖRBUD
GÄLLER I HELA
NATIONALPARKEN OCH
NATURRESERVATEN

- ENTRÉ
- INFORMATIONSPLOTS
- NATURINFORMATION
SONFJÄLLET
- PARKERING
- RASTSTUGA
- VINDSKYDD
- TORRDASS
- STÖRRE BILVÄG
- MINDRE BILVÄG
- SOMMARLED
- VINTERLED
- SOMMAR- OCH
VINTERLED



FROSTSPRÄNGNINGAR
Snabba temperaturväxlingar gör att det bildas sprickor i Vemdalskvartsiten, som är den dominerande bergarten i Sonfjället. Sprickorna fylls med vatten och när det fryser sprängs kvartsiten. Det kallas frostsprängning. Processen har täckt Sonfjället med stenblock av olika storlek.



GAMMAL OCH KROKIG
Old Rasmus, en av världens äldsta levande trädkloner (minst 9 500 år) finns på Sonfjället. Inget av det ursprungliga trädet lever längre men det är samma genetiska individ. De nedersta grenarna har slagit rot när de tryckts ner mot marken och nya stammar har vuxit upp.



Området ingår i det ekologiska nätverket av skyddad natur i Europa, Natura 2000.



LEVANDE FÄBOD

Nyvallens fäbod har varit i drift utan avbrott sedan början av 1700-talet. Vid midsommartid, när snön är borta och växterna grönskar på Nyvallen, flyttar familjen Kristoffersson hit med sina djur. Här kan du som besökare, för några timmar eller dagar, uppleva fäbodliv så som det har levt i flera hundra år. Idag finns dock modernare hjälpmedel som gör livet på fäboden lite lättare.

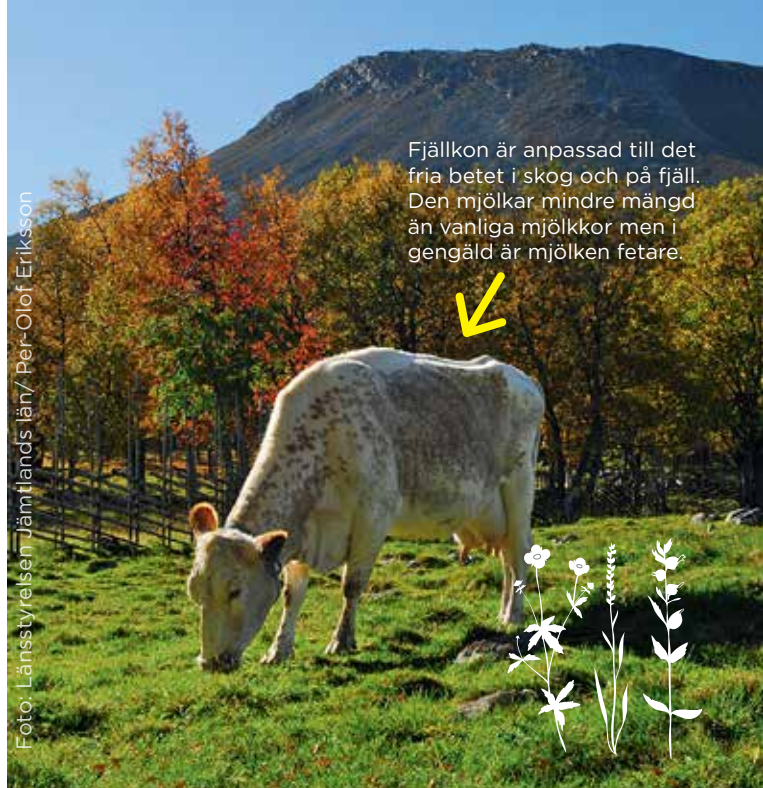
Nyvallen är inget museum utan en fäbod med en levande näringsverksamhet, som du kan ta del av genom guidning mot avgift. Fjällkorna betar fritt i omgivningarna och sätter sin prägel på naturen. Ängarna sköts på traditionellt vis, det gör att vegetationen blir artrikare än på en modern slåttervall.

GAMMELSKOGEN

Nästan två tredjedelar av nationalparkens yta utgörs av skog. Närmast kalfjället finns den frodiga och krokiga fjällbjörkskogen med enstaka kloner av gran. Öster och sydväst om kalfjället breder stora barrskogsområden ut sig. I torrare partier är det tall som växer ur mattor av renlavar, lingon- och kråkbärsris. På fuktigare mark och i brant terräng, som Ryåravinen, har granen brett ut sig och vuxit sig hög och tät. De äldsta granarna är omkring 250 år.

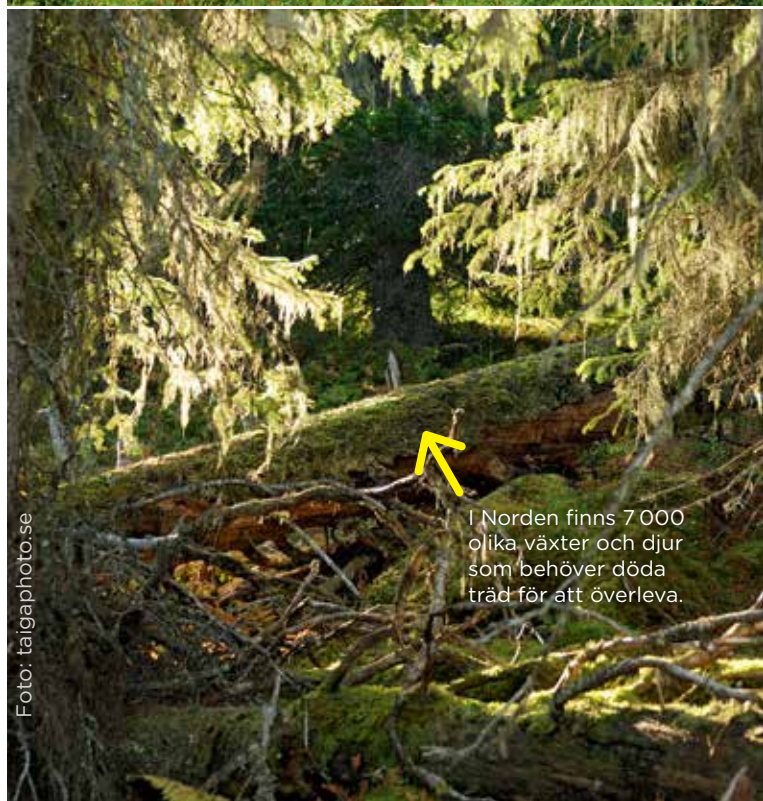
Det mesta av skogen i nationalparken har fått sköta sig själv under lång tid och därför finns det död ved i form av fortfarande stående torrakor och som liggande stammar som brutits ner i olika grad. Många vedsvampar och insekter lever av den döda veden och fåglarna i sin tur gillar insekter.

Foto: Länsstyrelsen Jämtlands län/ Per-Olof Eriksson



Fjällkon är anpassad till det fria betet i skog och på fjäll. Den mjölkar mindre mängd än vanliga mjölkkor men i gengäld är mjölken fetare.

Foto: taigaphoto.se



I Norden finns 7 000 olika växter och djur som behöver döda träd för att överleva.

ATT TÄNKA PÅ

Den omväxlande naturen i Sonfjällets nationalpark och angränsande naturreservat ligger öppen för dig – var rädd om den! Inom nationalparken gäller speciella regler. Fullständiga föreskrifter om rätten att färdas och vistas inom nationalparken finns på skyltar vid varje entré.

- Stör inte de vilda eller de tama djuren.
- Endast bär och matsvamp får plockas.
- Du får ta lösa, torra grenar som ligger på marken för att göra eld.
- Du får inte plocka stenar eller annat geologiskt material.
- Hund får följa med om den hålls kopplad.
- Rida får du inte göra.
- Endast med giltigt fiskekort får du fiska i Styggjärn och i Valmen. I övrigt är fiske och jakt inte tillåtet.
- Husvagn eller husbil får inte ställas upp för övernattnig.
- Motordrivet fordon får inte köras utanför anvisade vägar och parkeringsplatser. Snöskoterförbud gäller inom hela området.
- Att landa med luftfarkost är förbjudet.
- Att sätta upp affischer eller liknande är förbjudet.
- Du får inte ordna orienteringskontroller eller markerade spår.
- För att utföra vetenskapliga undersökningar eller genomföra idrottstävlingar krävs tillstånd från länsstyrelsen.
- Det krävs tillstånd från länsstyrelsen för att genomföra organiserade aktiviteter
 - a. fler än tre gånger per år,
 - b. med fler än 35 deltagare utanför anvisade stigar, anläggningar och platser,
 - c. som innebär övernattnig mer än en natt i följd på samma plats.

FEM SAKER DU INTE FÅR MISSA

1. SODODALEN

Kalfjället är stenigt, men i Sonfjällsmassivets centrum ligger Sododalen. Ån Sodan kantas av gräs och örter. Här finns strömstare och drillsnäppa. Raststugan i Sododalen nås lättast från Nysäteren i väster.



2. NYVALLENS FÄBOD

En nyfiken kalv pockar på uppmärksamheten och på avstånd hörs fjällkorna råma. Här kan du lära dig om naturen i informationsstugan, följa med på en guidad tur (mot avgift) eller smaka traditionell "bumat".



3. FAMILJESLINGAN

Från Nyvallen utgår en kortare vandring som kan vara lagom om man inte vill gå så långt. Här kan stora och små läsa om naturen och spana efter snidade djur i skogen.



4. GEOLOGIN

Inlandsisen och smältvattnet från den har format Sonfjället. Älvar av smältvatten eroderade fram djupa diken i fjällsluttningarna. På Högfjällets steniga sluttningar finns flera sådana diken, så kallade skvalrännor.



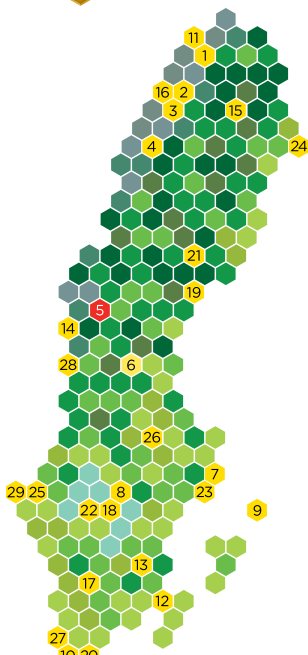
5. UTSIKTEN

Sonfjället reser sig högt över det omgivande landskapet. En fantastisk utsiktsplats är Lillfjällets topp där en storslagen vy över skog, fjäll och myrmarker breder ut sig.





SVERIGES NATIONALPARKER



1. ABISKO – Lättillgänglig fjälldal med en ovanligt rik flora.
2. STORA SJÖFALLET / STUOR MUORKKE – Mäktiga fjälltoppar, glaciärer och tallurskogar.
3. SAREK – Storslagen och krävande vildmark i ett unikt fjälllandskap.
4. PIELJEKAISE – Vidsträckt orörda fjällbjörkskogar.
5. SONFJÄLLET – Lågfjäll och naturskog med gott om björn.
6. HAMRA – En sällsynt helhet av naturliga skogar, myrar och vattendrag.
7. ÄNGSÖ – Genuint odlingslandskap med betesdjur och slätter.
8. GARPHYTTAN – Äldre odlingslandskap där många sångfåglar har fått en fristad.
9. GOTSKA SANDÖN – Unik och sällsamt vacker ö med milsvida sandstränder.
10. DALBY SÖDERSKOG – Lummig lövskogslund på den skånska slätten.
11. VADVETJÄKKA – Sveriges nordligaste nationalpark är ett fjäll med djupa grottor.

12. BLÅ JUNGFRUN – Sägenomspunnen ö med släta berghällar, ädellövskog och vacker utsikt.

13. NORRA KVILL – En av få urskogsartade skogar i södra Sverige.

14. TÖFSINGDALEN – Dalgång med tallurskogar, blockmarker och forsande vatten.

15. MUDDUS / MUTTOS – De stora myrarnas och urskogarnas land.

16. PADJELANTA / BADJELÄNNDA – Böljande fjällhedar och stora sjöar långt från närmaste väg.

17. STORE MOSSE – Det största svenska myrområdet söder om Lappland.

18. TIVEDEN – Skogslandskap med vildmarkskänsla.

19. SKULESKOGEN – Kust med storslagna utsikter och världens högsta landhöjning.

20. STENSHUVUD – Kustberg, ädellövskog, inbjudande hedar och stränder.

21. BJÖRNLANDET – Berg, stup och storskog med spår av forna tiders bränder.

22. DJURÖ – Skärgårdslandskap i Västeuropas största insjö.

23. TYRESTA – Orörd storskog strax söder om Stockholm.

24. HAPARANDA SKÄRGÅRD – Skärgårdslandskap med långgrunda sandstränder.

25. TRESTICKLAN – Väglös ödemark med milsvida utsikter från tallklädda bergsryggar.

26. FÄRNEBOFJÄRDEN – Mosaik av lövrika skogar och vatten vid nedre Dalälven.

27. SÖDERÅSEN – Lövskogar, rasbranter, strömmande vattendrag och ett rikt växt och djurliv.

28. FULUFJÄLLET – Här vid Sveriges högsta vattenfall möter urskogen fjället som är vitt av lav.

29. KOSTERHAVET – Artrikt havs- och skärgårdsområde med landets enda korallrev.

KONTAKT
www.lansstyrelsen.se/jamtland
Telefon: 010-225 30 00

naturvardsverket.se
Ansvarig för Sveriges
nationalparker.

